

# ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И ФОРМИРОВАНИЕ ОСНОВ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ (ЗОЖ) У СТУДЕНТОВ

**Е.К. Куликович**

Белорусский государственный экономический университет, kfv@bseu.by

Организация физического воспитания может существенно влиять на отношение студентов к физической культуре как учебной дисциплине и нормам здорового образа жизни. Научно-методическая проблема заключается в поиске наиболее эффективных форм организации. Автор неоднократно обращался к этой проблеме (2004, 2006, 2008).

В 1991 г. Ученый Совет БГЭУ на основе опроса студентов констатировал необходимость коренной перестройки организации физического воспитания, отказа от формального нормативного подхода при выставлении зачета. С 1995 г. начался эксперимент по организации проведения занятий в соответствии со спортивными интересами студентов. Можно подвести некоторые итоги.

Таблица 1. Сравнительные данные опроса студентов

Год	Формы занятий		Хотели бы заниматься по интересам	Удовлетворены организацией занятий	Не удовлетворены организацией занятий
	СМГ	По интересам			
1991	16,2	13,7	51,4	7,6	34,3
2008	24,3	72,6		73,5	5,8

Понятно, что на удовлетворенность организацией физического воспитания могут влиять разные факторы (экономические, социальные, семейные и т.д.), да и степень удовлетворенности требует уточнения. Поэтому мы изучили изменения в оценке значимости физической культуры как элемента профессиональной подготовки. Опрос проводился в начале 1 курса (1), в конце 1 курса (2) и 2 курсов обучения (3).

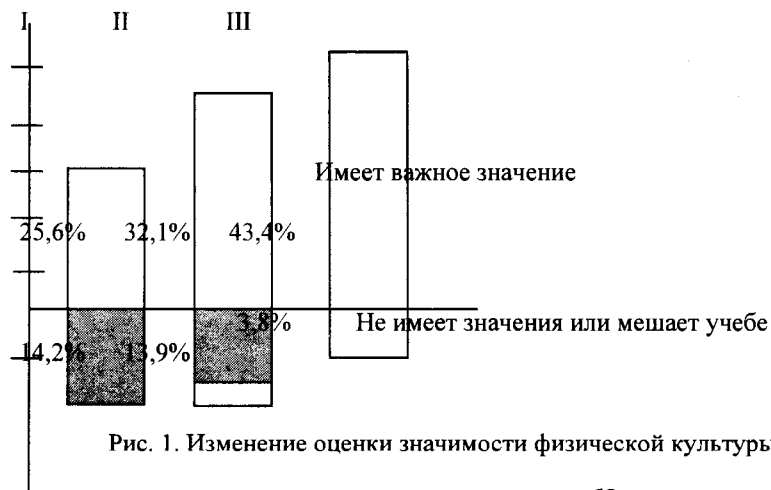


Рис. 1. Изменение оценки значимости физической культуры у студентов БГЭУ на I-II курсах

Как показали исследования оценка значимости физической культуры зависит и от направленности занятий (1 – СМГ, 2 – ОФП, 3 – спортивные специализации).

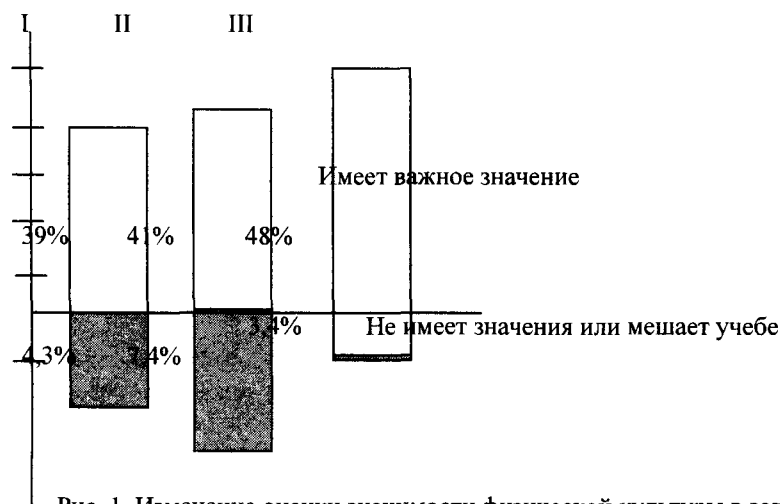


Рис. 1. Изменение оценки значимости физической культуры в зависимости от направленности занятий

Приведенные данные подтверждают, что занятия, организованные на основе спортивных интересов студентов, оказывают важное воспитательное значение не только улучшая уровень физической подготовленности, но и формируя позитивное отношение к физической культуре и спорту в целом. Примечательно, что студенты занятия физическими упражнениями поставили на 1 место по престижности и привлекательности среди внеурочных форм деятельности, а 86,1% студентов отождествляют понятие «ЗОЖ» с занятиями физической культурой и спортом. 40% выпускников отметили, что наибольшее удовлетворение они получили в годы учебы от участия в соревнованиях.

Физическая культура личности специалиста определяется знаниями, умениями (навыками) и желанием (мотивацией) использовать физические упражнения для укрепления здоровья, поддержания работоспособности и т.д. Все три показателя более выражены в группах спортивных специализаций. Желание использовать физические упражнения для решения жизненно важных задач определялось включенностью студентов в спортивно-массовые мероприятия и самостоятельными занятиями физическими упражнениями.

Таблица 2. Включенность студентов в самостоятельные занятия физическими упражнениями (в %)

	СМГ	ОФП	Спортив. специализации
Принимали участие в соревнованиях	8,7	22	66
Занимаются физическими упражнениями в свободное время:			
систематично	37	19	62
несистематично	45,7	55,6	55,2